

**Körperzeit: Tanzen - Bewegen - zu sich kommen (OUC 30)**

05.10. - 12.10.2019

Der Körper bietet eine reichhaltige Quelle unerschöpflichen Glücks. Sobald wir mit allen Sinnen bei uns ankommen bemerken wir, überall im Körper ist Lebendigkeit – Wir **sind** Bewegung.

Inspiriert von Korfus herrlicher Natur und in liebevoller Gemeinschaft entdecken wir in einer ausgewogenen Mischung aus Tanz und Ruhe unser eigenes Körperwohlgefühl mit all seinem Ausdruck.

In dieser Ferienwoche erwarten Dich: spielerisch-leichte bis kraftvolle Tänze im Raum und der Natur, sowie winzige im inneren pulsierende Bewegungsmomente. Das Erforschen des Atems schenkt tiefe Erholung und energetisiert. Stimm und Klangexperimente versetzen Knochen und Gewebe in heilsame Schwingung, lösen Blockaden und aktivieren Selbstheilungskräfte. Malen und Schreiben lassen deine natürliche Kreativität lebendig werden.

Neben täglich ca. 4 Std Seminarzeit, bleibt genügend Raum für ausgedehnte Pausen in der Natur oder am Meer. Musevolles Nichtstun kann in Begegnung mit Gleichgesinnten oder mit sich allein verbracht werden. Es wird einen freien Nachmittag, sowie ein Abendangebot geben. Jeder ist eingeladen in seinem eigenem Tempo dabei zu sein, Pausen zu machen und seinem Körper und Geist eine inspirative-regenerative Zeit zu gönnen, so dass sich ureigenstes Wohlgefühl und Körperweisheiten entfalten können.

Ein Seminar für Frauen und Männer jeden Alters, es sind keine Vorkenntnisse nötig

Kurszeit: ca. 4-5 Std./Tag

Preis: € 980

**BUCHUNGS-TIPP**

Bei Buchung bis zum 31.05.2019 erhalten Sie € 100 Rabatt.



**Andrea Taucher**

Jg. 1972, Somatic Movement Teacher, Pädagogin, sie bietet seit 2010 wöchentliche Trainings in München und Augsburg an, Workshops und Seminare für Firmen und Organisationen, Weiterbildung in Yoga, Tanz, Gesang, Continuum Movement, Life Art Process, Buteyko Atemmethode, Hakomi und manuelle osteopathische Nervensystemtherapie. Ihr Anliegen ist es, Menschen mit der tiefen inneren Weisheit ihres Körpers in Kontakt zu bringen, so dass der intuitive und nährnde Teil sich entwickeln und ausdehnen kann.



**Christiane Goetz**

Jg 1965, Sozialpädagogin, integral-therapeutische Tanzpädagogin, Nialehrerin und Bodyblisstrainerin. Seit 2005 bietet sie Kurse, Workshops und Veranstaltungen in Hamburg, sowie Wochenendretreats auf dem Land an. Weiterbildung in Yoga - Dancing und Continuum Movement. Sie verbindet Tanz, Körperarbeit, kreative Methoden und Coaching.